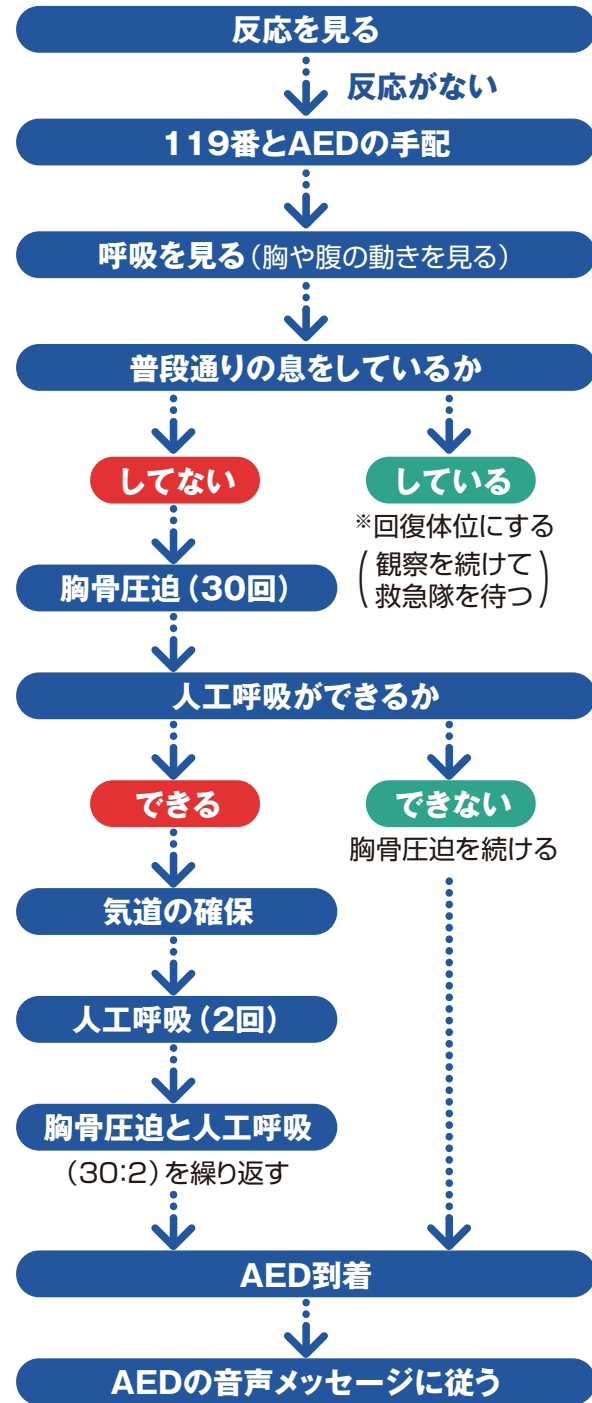


## 2 心肺蘇生法

落ち着いて傷病者の状態を観察し、症状に適した応急手当をすることが大切です。地域で開催される応急手当を身に付ける講習会などに参加して心肺蘇生法を正しく学び、いざというときに備えましょう。

### 心肺蘇生の手順



### 胸骨圧迫

1. 胸の真ん中に手を重ね、垂直に体重をかけ、少なくとも1分間に約100回の早さで30回圧迫する。圧迫の強さは、胸が少なくとも5cm沈むまでとする。
2. 30回圧迫後、人工呼吸を2回行う。この動作を一定間隔で繰り返す。



### 人工呼吸

1. 親指と人差し指で鼻をつまみ、鼻の穴をふさぐ。
2. 大きく口をあけて1回約1秒かけて息を吹き込む。
3. 抵抗なく息が入り胸がふくらめば、もう1回吹き込む。



※回復体位…仰向けの状態から体を横に向け、上側の膝を曲げた状態で前に出し、さらに下あごを前に出し、口をやや下に向けた状態。

### AEDの使用の手順

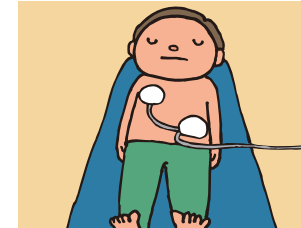
#### 1. 電源を入れる

- ふたを開けると自動的に電源が入る機種もある。



#### 2. 電極パッドを胸に貼る

- 電極パッドを貼る位置は電極パッドに描かれた絵のとおり、皮膚にしっかり貼る。
- 体が汗や水で濡れていたらタオルで拭く。



#### 3. 電気ショックの必要性の判断

- AEDの心電図解析中は傷病者に触れないようにする。



#### 4. ショックボタンを押す

- 誰も傷病者に触れていないことを確認してから点滅しているショックボタンを押す。



#### 5. 以降はAEDの指示に従う



- ※ AEDの小児用電極パッドを貼る対象は、おおよそ6歳くらいまで。
- ※ 小児用電極パッドがなければ成人用電極パッドを代用する。

➡ AEDの設置一覧は41～46ページへ

### 心肺蘇生を中止するのは…

#### ● 救急隊に引き継いだとき

救急隊が到着したら、傷病者の倒れていた状況、実施した応急手当や心肺蘇生法内容、AEDによる電気ショックの回数などを伝える。AEDは自動的に心電図波形や加えたショックの回数などを記録しておく。

#### ● 傷病者が動き出す、うめき声を出す、あるいは正常な呼吸が出現したとき

ただし、気道確保が必要になるかもしれないため、慎重に傷病者を観察しながら救急隊を待つ。この場合でも、AEDの電極パッドは、はがさず電源を入れたままにしておく。